

口の中を清潔に保った  
り、のみ込む力を鍛えたり  
する「口腔ケア・嚥下リハ  
ビリ」が、高齢者の肺炎予  
防などに効果があると注目  
されている。歯科医の間で、  
口腔ケアや嚥下を重視した  
訪問診療を広げる動きも強  
まり、11月には全国組織が  
発足した。

食べられるように

千葉県松戸市のマンショ  
ンの一室。介護ベッドの背  
もたれを少し起こした状態  
の男性(73)が、介護者の妻  
(71)の手を借りてアリンを  
食べていた。歯科医の大石  
善也さん(49)が、そのど  
元に聴診器を当てて、どの  
の状態や呼吸の様子を確か  
める。男性と妻には「口に  
入れて早くのみ込むと、少  
し気管に入ってしまう感じ  
です。ちょっとためてから  
飲むよう練習しましよ  
う」と助言した。

男性は7年前に脳出血で  
倒れ、現在は寝たきり。こ  
の5年間ほど経管栄養など  
に頼っていたが、嚥下リハ  
ビリを受け始めて少しずつ  
食べられるようになった。  
妻は「意識と表情がはっき  
りしてきた。本人も楽しみ  
が増えた。しょうと喜ぶ。  
同県柏市内で開業する大  
石さんは、外来を休む週1  
日半と昼休みを使い、歯科  
衛生士9人とともに、老人  
保健施設(老健)などの施

設や在宅高齢者ら約170  
人の訪問診療を担当する。  
1回1時間。衛生士が歯  
や歯茎、舌などをきれいに  
する口腔ケアに30分を、歯  
科医による聞き取り、のみ  
込みのチェックやリハビリ  
に30分を充てる。  
家族を介して訪問看護師  
や往診の医師と連携を取  
り、同じ時間帯に訪れる

## 歯科医が訪問 口腔ケア

ヘルパーに口腔ケアのやり  
方を指導したりすることも  
ある。大石さんは「高齢化  
によって要介護状態で自宅  
や施設で長く暮らす人はま  
すます増える。歯科の訪問  
をもっと増やす必要があ  
る」と訴える。

医師の連絡会発足  
口腔ケアを行えば、細菌  
の多い唾液などが気管に入  
り、肺炎などの「誤嚥性肺炎」  
の発症率が、ケアをしない  
人の半分以下に減ることが  
わかっている。食べること  
で栄養状態や意欲が向上す  
ることも知られる。

「これを踏まえて」「在宅  
療養支援歯科診療所」が設  
けられたのは2008年4  
月。在宅で療養する人を24  
時間体制で支えるもので、  
診療報酬でも、75歳以上の  
患者を訪問したら1回は  
算定できる管理料などが認  
められた。

しかし、口腔ケアや嚥下  
リハビリを重視する歯科医  
はまだまだ少なく、患者も  
必要性をあまり知らない。  
こうした現状を変えるた  
め、大石さんら訪問診療に  
力を入れる開業医と、大学  
や病院の歯科医の有志が今  
年11月、「全国在宅歯科医  
療・口腔ケア連絡会」を発  
足させた。

連絡会では今後、専門的  
に訪問診療を手がける医師  
のデータベースを作成する  
ほか、各地域に活動拠点も  
設置。往診を行う医科のネ  
ットワーク「全国在宅療養  
支援診療所連絡会」などの  
他業種との連携も模索する  
考えだ。

在宅医療に詳しい辻哲夫  
東京大学教授(高齢者政策)  
は「口から食  
べることによ  
り体力が上  
がること、生  
活の質も上  
がること、  
から、歯科が  
医科と連携す  
ることが重  
要。歯科が、  
在宅高齢者へ  
のケアを重視  
するようになったことは、  
時代のニーズにこたえた  
取り組みだ」と評価して  
いる。

◇全国在宅歯科医療・口腔ケア連絡会につ  
いては、ホームページ (<http://e-shika.org/index.html>) を参照

寝たきりの男性に聴診器をあて、のどの反応をみる大石さん(左)(千葉県松戸市で)



## 誤嚥性肺炎 予防効果も

